

Agosto
2011

L' FICANAS

Num. 1

All'inizio dell'anno 2011 si è rinnovato il consiglio della Pro Loco. Abbiamo avuto delle defezioni di persone che da anni collaboravano e si impegnavano per sostenere l'associazione: questo ci ha molto preoccupati, sempre a causa del timore di non riuscire più a portare avanti gli impegni che da tanto tempo sosteniamo. Nel contempo abbiamo avuto l'adesione di cinque ragazzi giovani che ci hanno fatto tirare un grosso sospiro di sollievo, in quanto solo con l'impegno dei giovani possiamo sperare in futuro di riuscire a mantenere viva la Pro Loco e magari introdurre nel programma delle novità e delle nuove manifestazioni.

A proposito di novità quella che avete tra le mani è la prima: "L' FICANAS", un giornalino a mio parere molto importante, perchè permetterà di mantenere un contatto più diretto con la Pro Loco e di essere informati su quello che facciamo e sul perchè lo facciamo. Infatti, nonostante Viera e Rivò siano due frazioni molto piccole a noi pare di non riuscire a ad avere quel rapporto così stretto che vorremmo: ciò si può constatare nella tiepida partecipazione alle manifestazioni che proponiamo.

Io sono entusiasta di questo giornalino e vorrei incoraggiare i ragazzi che compongono la redazione (Cecilia, Greta, Luca, Mattia e Pamela) a proseguire con questa iniziativa. Questo è il primo numero, non sappiamo ancora se "L' ficanas" sarà bimestrale o trimestrale, ma vi terremo informati; di contorno vi saranno altre iniziative atte a fare in modo che possiate facilmente interagire con la redazione: il sito internet, la mail, le cassette che posizioneremo in alcuni punti del paese (vedi a pag.12).

Tutto ciò perchè possiate far giungere il vostro parere,



le vostre proposte, le critiche, le collaborazioni e soprattutto l'incoraggiamento a questi ragazzi che hanno deciso di spendere parte del loro tempo libero per aiutare a mantenere vive queste nostre frazioni. Approfitto di questa opportunità per fare alcune riflessioni e per dare anche a voi alcuni spunti su cui ragionare. Sono presidente della Pro Loco da poco tempo anche se da da molti anni faccio parte del consiglio. Mi è stato fatto notare che nel comune di Coggiola vi è un'anomalia in quanto vi sono due Pro Loco, quella del capoluogo e la nostra: perchè dunque non unirsi e farne una sola?

Io sono per mantenere la nostra Pro Loco, non per becerò campanilismo ma perchè in cinquat'anni e più ho visto Viera e Rivò perdere i pezzi poco alla volta (l'asilo, le scuole, la corriera, molte attività commerciali e artigianali, il parroco, gli acquedotti), per cui sono fermamente convinto che non dobbiamo disperdere quel poco rimastoci.

Su questa linea prosegue la decisione del consiglio di acquisire lo stabile dell'ex Casa Sociale di Rivò, voluto e costruito dai frazionisti con grossi sacrifici, per evitarne il degrado. Con essa sono stati acquistati anche i terreni e le strutture dell'acquedotto frazionale, permettendo al "Consorzio acqua potabile frazionisti di Rivò" di continuare la gestione. Ora si presenta l'opportunità di acquisire anche lo stabile dell'ex asilo di Viera, attuale sede della Pro Loco: riteniamo che anche in questo caso sia giusto assumerci l'impegno.

Per concludere, tutte queste attività comportano molto impegno da parte di tutti i componenti del consiglio e dei collaboratori che da sempre ci aiutano. Le forze non bastano mai, perciò se pensate sia utile spendere un po' del vostro tempo per questa associazione fatevi avanti, sarete ben accetti!

Giuliano Carola

DAL MONDO DELLO SPORT

“SUCCESSI OLIMPICI”

SILVIA PARENTE E IL SUO ORO OLIMPICO: ECCO COME È RIUSCITA A REALIZZARE UN SOGNO.

In questo numero abbiamo voluto raccontarvi la storia di Silvia, una nostra cara amica non vedente, campionessa olimpica di slalom gigante alle para-olimpiadi di Torino 2006.

Grazie alla sua forza di volontà e alla sua grande passione per lo sci Silvia è riuscita a coronare il suo sogno più grande: vincere l’Oro alle Olimpiadi.

Inoltre Silvia ha vinto, l’anno scorso, i mondiali di barca a vela e, come se non bastasse, pochi giorni fa ha ottenuto un primo e un secondo posto ai mondiali di arrampicata.

La stessa determinazione e tenacia che usa nello sport, Silvia la usa anche nella vita di tutti i giorni aggiungendoci molta umiltà, simpatia e una buona dose di autoironia.



Silvia sul podio

Quando le abbiamo chiesto se le andava di scrivere un articolo per il nostro nuovo giornale, parlando di sé e delle sue vittorie, non si è smentita e ci ha risposto: “Ma come, nel vostro piccolo paese non avete neanche il panettiere e siete riusciti a mettere in piedi un giornale?? Siete grandi!!”

Con grande entusiasmo ha accettato e qualche giorno fa ci è arrivata la sua mail: un insieme di emozioni, sensazioni e paure che Silvia affronta nello sport come nella sua quotidianità.

E’ riuscita a descrivere tutto talmente bene, che abbiamo deciso di riportarvela tal quale, certi che anche voi rimarrete sorpresi leggendo la sua storia.

Ecco cosa ci ha scritto.

“Mi chiamo Silvia e sono non vedente totale a causa di una malattia in età infantile. Sono nata a Milano e questo, nonostante si dica che sia una città fredda e caotica, è stata una fortuna perché mi ha permesso di accedere a molte attività, di trovare meno pregiudizi e mi ha dato la possibilità di essere completamente autonoma.

La seconda, anzi prima, grande fortuna però, sono stati i miei genitori col loro coraggio, la voglia di sperimentare con me quello che potevo fare e il tenermi nascoste, perché sicuramente ne avevano, le loro paure per quello che mi poteva capitare.

E così a quel che ricordo ho avuto un’infanzia normale con gli altri bambini e con loro ho provato a fare tutte le cose che i bambini della mia età facevano.

Finché un giorno, i miei genitori sono dei provetti sciatori, si decide di partire tutti per la settimana bianca e si pone il problema di come fare passare le giornate a me.

All’epoca non esistevano tutte le scuole sportive per disabili che ci sono ora e se ne sapeva veramente molto poco. I maestri di sci non avevano una specifica specializzazione e bisognava sperare di trovare qualche bravo volenteroso, e noi lo abbiamo trovato!

Così un maestro di sci di Madonna di Campiglio mi ha messa sugli sci e si è letteralmente inventato il modo di insegnarmi e di portarmi giù per le piste, mettendo a punto un sistema di guida per non vedenti che, con poche modifiche, è quello che si utilizza ancor oggi.

E con lui davanti che mi chiamava, a fine corso, ho fatto la mia prima garetta, sbalordendo tutti, compresa me stessa, e vincendo su tutti i miei compagni di classe.

Da lì, da quella splendida settimana bianca fatta insieme agli altri bambini, è nata la mia grande passione per lo sci che ho coltivato in tutti questi anni e che mi ha portata nel 2006 a vincere l’oro nello slalom gigante delle para-olimpiadi di Torino.

Lo sport mi ha dato gli strumenti per muovermi anche nella vita di tutti i giorni: sicurezza in me stessa, autonomia e conoscenza degli spazi in cui muovermi, e così anche la mia vita quotidiana, come quella sportiva, è ricca di emozioni.

Ho lavorato per tanti anni come programmatrice informatica in alcune aziende e ora sto frequentando una scuola per terapeuti ayurvedici, la medicina indiana, che dura 4 anni, che è molto impegnativa e che mi sta dando un sacco di soddisfazione anche dal punto di vista dei rapporti umani.

Non è stato semplicissimo decidere di partecipare ad una scuola così lunga e impegnativa completamente sola, senza sapere assolutamente cosa mi sarei dovuta aspettare.

A giugno ho finito il terzo anno e come sono cambiate le sensazioni rispetto alla prima volta che ho messo piede nell'aula dove facciamo pratica! Prima avevo paura di inciampare, di perdermi e di fare brutte figure con tutti; ora mi muovo sicura, tanto so che i miei compagni mi urlano, si spostano e poi mi prendono in giro, sono proprio a casa!"

17 marzo 2006

"Sono passati parecchi anni dai campetti di Madonna di Campiglio.

Lo sci è sempre rimasto lo sport che prediligo e di strada, in questo senso, devo dire che ne ho fatta parecchia. In questo momento mi trovo a Sestriere, in cima alla pista olimpica. Intorno a me un sacco di gente che parla in mille lingue diverse. L'adrenalina è al massimo e il cuore mi batte all'impazzata!

Chiamano dei numeri in inglese; il 7... è il mio! Devo avvicinarmi alla casetta di partenza: tra poco affronterò lo slalom gigante sulla famosa Kandahar Banchetta. 48 porte: me le ricordo tutte; la lunga prima delle acque minerali e le due ultime porte sul muro finale, le peggiori, quelle più difficili.



Silvia mentre scia preceduta dalla sua guida.

Mi aiutano a farmi largo tra la selva di sci, trapani e scioline: è il fisioterapista della squadra che con la sua voce calma mi tranquillizza. Finalmente entro nella casetta. Davanti a me l'atleta che mi precede e di fianco a lei il giudice di partenza con la radio che continua a trasmettere informazioni.

Questa è la seconda manche e io parto come ultima della mia categoria. Sì, perché nella prima manche ho fatto il tempo migliore! E ora, sarò in grado di resistere agli attacchi delle altre? Prima di partire è tutta una questione di nervi saldi. Devo stare tranquilla, concentrarmi sul tracciato e sulla mia guida. Se perdo la calma rischio di buttare via 4 anni di dura preparazione e un sogno fantastico! In questo momento ho tutto da perdere. La francese, quella che ha il secondo miglior tempo, lo sa e cerca di giocare con la psicologia: "non ti lascerò vincere, sappi che la seconda manche sarà una storia tutta diversa!" Ok, mi dico, non posso certo crollare ora! So che la francese tra tutte noi, è sempre stata la più forte, ma questa volta non mi ruberà la vittoria, qui a Torino, ai giochi di casa mia. Pascale, l'atleta davanti a me, parte. Io mi sento un po' spaesata. Poi finalmente sento la voce della mia guida, l'unica di cui ho bisogno in questo momento.

E sì, perché ovviamente non posso affrontare la pista da sola! Ho bisogno di una persona che con la sua voce tracci la linea che dovrò fare. La mia guida, la persona in cui ho riposto una fiducia incontrastata e con cui ho raggiunto un feeling pressoché totale, si trova pochi metri sotto la casetta di partenza con un megafono sulla schiena che amplificherà la voce durante questa discesa.

Mi da le ultime indicazioni: "le punte degli sci devono stare un po' più a sinistra; ricordati che la prima porta è abbastanza lontana..."

Il giudice di fianco a me chiude il cancelletto per il cronometraggio; io metto fuori i bastoncini. Sono gli ultimi istanti per sentire i muscoli tesi, il cuore in gola e lo stomaco che si arrotola, poi inizia il conto alla rovescia: davanti a me quello che mi sembra un baratro.

Finalmente risento la voce della guida: "3, 2, 1, pa pa pa..."

Si parte! Ora non c'è più tempo per pensare: tutto quello che devo fare è seguire questa voce e fidarmi, ciecamente, di quello che mi trasmette; ogni piccolo cambio di intonazione può comunicarmi qualcosa di fondamentale.

Io e questa voce.... e poi c'è solo la pista da divorare per arrivare alla vittoria.

RICETTE E RIMEDI NATURALI

IL “GHI” O “BURRO CHIARIFICATO”

In questo primo numero abbiamo deciso di parlarvi di un prodotto che, da migliaia di anni, viene tradizionalmente utilizzato in molte parti del mondo: il “ghi” o “burro chiarificato”.

Certamente le nonne si ricorderanno di quando, anche da noi, si preparava il “bür fundü”, metodo che permetteva la conservazione del burro per un lungo periodo di tempo.

La diffusione del frigorifero ha poi soppiantato questo metodo di lavorazione del burro e dell’antica tradizione è rimasto spesso solo il ricordo.

Quello che però pochi sanno è che il “burro chiarificato”, “ghi” in lingua sanscrita, non soltanto si conserva più a lungo, ma possiede anche numerose qualità benefiche e, per questo motivo, può essere molto interessante riscoprire questa antica ricetta.

Il metodo tradizionale prevede una vera e propria “cottura” del burro, che può durare anche diverse ore, e che permette di eliminare l’acqua e la parte proteica (circa il 20%). Il prodotto finale così ottenuto avrà un contenuto di grassi superiore al 99% e, se ben preparato, si conserverà molto a lungo.

Come si prepara?

La preparazione è semplice, ma richiede pazienza e buona intenzione: state preparando un prodotto che dovrà nutrire il vostro corpo e la vostra mente.

Per prima cosa è necessario procurarsi del burro di ottima qualità, l’ideale è quello ottenuto per centrifugazione, proveniente da agricoltura biologica e fresco. La quantità da utilizzare varia in base alle vostre esigenze, anche diversi Kg, ma per le prime volte mezzo Kg di burro può bastare.

Si procede facendo sciogliere il burro in una pentola con fondo spesso, continuando poi la cottura a fuoco lento. Man mano che la cottura procede, oltre ad evaporare l’acqua, affiorerà in superficie una “schiuma” (la parte proteica) che andrà eliminata con l’ausilio di un cucchiaino o di un mestolo. Di tanto in tanto è utile mescolare il tutto per favorire l’affioramento della parte da eliminare. Durante la cottura si deve prestare attenzione affinché il prodotto sul fondo non tenda a “bruciare”.



I tempi di cottura variano, anche di molto, a seconda della quantità e della qualità del burro utilizzato, da circa un’ora con mezzo Kg fino anche a 8-12 ore con quantità maggiori. E’ importante, in ogni caso, non interrompere la cottura. A cottura ultimata il prodotto ottenuto si presenterà di colore giallo chiaro, sarà limpido, senza più residui da scartare, nè sul fondo nè in superficie, e tenderà a friggere. A questo punto si potrà travasare il “burro chiarificato” ancora caldo in barattoli di vetro, sterilizzati e ben asciutti, filtrandolo, con un tovagliolo o con un filtro per tisane, per eliminare eventuali piccoli residui e sigillandoli bene. Se col tempo doveste notare la formazione di muffe nei barattoli, significa che la preparazione non è avvenuta in modo corretto e che una parte di acqua è rimasta all’interno del vostro “burro chiarificato”. La prossima volta provate semplicemente ad allungare i tempi di cottura. Va conservato in luogo fresco e al riparo dalla luce, ma non è necessario tenerlo in frigo. Per quanto riguarda il prodotto di scarto, si può conservare in frigorifero e utilizzarlo come pomata sulla pelle, ma tende ad ammuffire ed irrancidire velocemente.

Come si utilizza?

Il “ghi” o “burro chiarificato” è un prodotto che trova impiego in tante situazioni, dalla cucina alla medicina tradizionale.

È untuoso e rinfrescante, lubrifica e contrasta la secchezza, calma irritazioni ed infiammazioni, favorisce la digestione e l'eliminazione dei prodotti di scarto. A differenza dell'olio d'oliva che è acido, il “ghi” o “burro chiarificato” ha un gusto dolce e per questo contrasta l'eccessiva acidità.

È nutriente ma non appesantisce. In cucina si può utilizzare al posto del burro classico o dell'olio d'oliva, a tavola come condimento su riso, pasta o spalmato sul pane.

In caso di stitichezza se ne può assumere un cucchiaino con un po' di latte tiepido.

Si può spalmare sulla pelle in caso di arrossamenti o scottature.

L'Ayurveda, la medicina tradizionale Indiana, ne prescrive l'uso con i neonati, consigliando l'applicazione di una garza imbevuta di “ghi” sulla fontanella bregmatica fin dal primo giorno di vita. Inoltre viene utilizzato in campo terapeutico, sia puro sia medicato con altre sostanze, in numerosi trattamenti tradizionali.

Il “ghi” o “burro chiarificato” è un ottimo esempio di quanto, accanto alla scienza moderna, sia importante mantenere vive numerose tradizioni millenarie, in virtù delle loro qualità benefiche e salutari.

Per concludere, un uso quotidiano e moderato di “ghi” o “burro chiarificato”, qualora non vi siano patologie che ne controindichino l'uso, è indicato per favorire un buon equilibrio psico-fisico.

ARTI E MESTIERE (QUASI) SCOMPARSI

Quando nel 1991 Bartolomeo Vigna, meglio conosciuto come Nino, andò in pensione cominciò a fare “cavagne” (cesti). Questo passatempo, cominciato osservando e riproducendo una “cavagna” del Perù Loggia acquistò ben presto molta più importanza. Infatti, essendo Nino uno tra gli ultimi in grado di produrre questi oggetti, hanno iniziato a giungere ordinazioni da tutto il territorio alpino piemontese e valdostano. Finora, ad esempio, ha realizzato ben 110 coppie di cavagne per muli, di quelle che si legano al basto per trasportare le tome.

Il metodo di realizzazione delle cavagne utilizzato da Nino consiste principalmente nell'intrecciare strisce di legno



di castagno (le “coste”) e fettucce di plastica di recupero (quelle utilizzate negli imballaggi). Le “coste” devono essere tagliate durante la luna vecchia, in modo che non si “gamolino” (cioè non siano attaccate dai tarli) e siano più elastiche. Dopo averle lasciate immerse nell'acqua per il tempo sufficiente perché diventino lavorabili, le coste vengono legate strettamente a pezzi di legno che donano loro la curvatura voluta (le “dime”). Iniziando dalla parte superiore, dove è stata posta una “costa” più spessa, e procedendo verso il basso, le “coste” vengono man mano intrecciate alle fettucce di plastica, e slegate dalle “dime”. Una volta terminato il cesto vengono applicate le cinghie e la chiusura. In questo modo vengono prodotte le cavagne per i muli, quelle più piccole per riporre i funghi e i “ciuè”. Infine, le “ciuere” sono in bacchette di legno di betulla, più resistente, legate con filo plastificato intrecciato.

Il lavoro di Nino dimostra che quest'arte, anche se reinterpretata con materiali moderni, può e deve sopravvivere, perché è ancora utile per coloro che ancora vivono con e grazie alla amontagna.

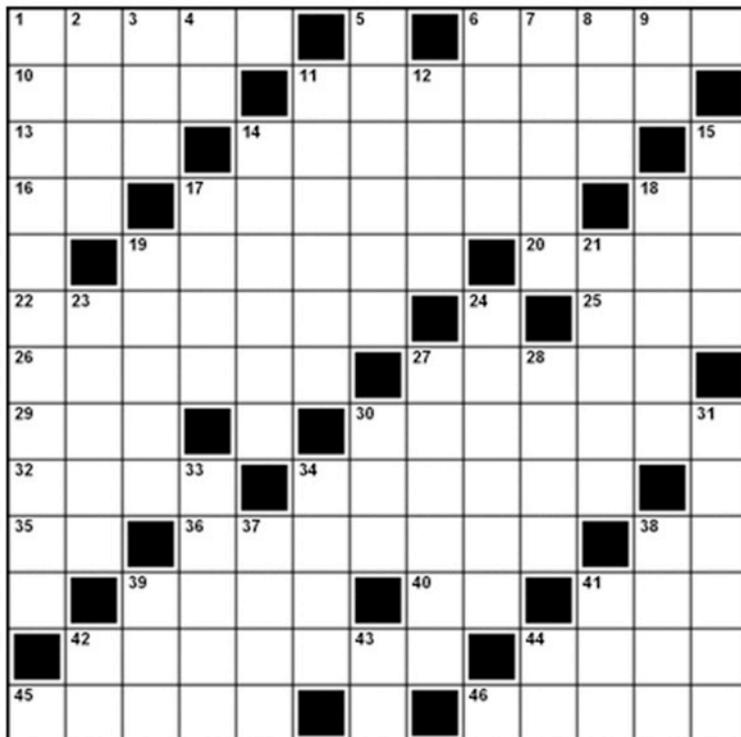
Nino con alcune delle sue creazioni

LA PAGINA DEI GIOCHI**CRUCIVERBA****ORIZZONTALI**

1. Lavora metalli preziosi - 6. Non zuccherati - 10. Una persona ipotetica - 11. Sopportano le pene dell'inferno - 13. In mezzo - 14. Un segmento del dito - 16. Per il poeta è... egli - 17. Il Simón detto El Libertador - 18. Anno Sancto - 19. Castigate - 20. Agnese a Madrid - 22. Tempietto con dentro una statua - 25. Metallo per anelli - 26. È ricca di potassio - 27. Tubi di legno... vuoti - 29. C'è quello delle =mazzone - 30. Lamentela noiosa e insistente - 32. Imposta, battente - 34. Calma, serena - 35. Torino - 36. Veleno potentissimo - 38. In mezzo alle dita - 39. Lewis atleta americano - 40. In fin dei conti - 41. Amò Leandro - 42. Quella di ferro passava per Berlino - 44. Veicolo a trazione elettrica - 45. Barca ricavata da un tronco d'albero - 46. Quattrini, palanche

VERTICALI

1. Priva di lucidità - 2. Quasi unici - 3. L'organo del volo - 4. Ferrara per l'ACI - 5. Erta o venuta sù - 6. L'attrice Magnani - 7. Non hanno bisogno di diete - 8. Divinità della mitologia greca - 9. Un pò di rispetto - 11. Tagliò i capelli a Sansone - 12. Un mezzo di trasporto - 14. Quanto di energia vibrazionale - 15. Campione sportivo - 17. La meta del golfista - 18. Compiono decolli e atterraggi - 19. Vino bianco secco - 21. La mamma del papà - 23. È simile al cervo - 24. Erano anche detti "Uomini Puri" - 27. Il veleno di Socrate - 28. Venuto al mondo - 30. Rete locale - 31. Uomo meccanico - 33. Piccolo parassita - 34. Si usano per le staccionate - 37. Strada parecchio difficoltosa - 38. La sua capitale è Teheran - 39. Il contrario di senza - 41. La moglie di Zeus - 42. L'inizio del cammino - 43. Napoli - 44. All'inizio è... troppo



Provate ad indovinare il titolo e l'autore dei 3 libri da cui sono state tratte le frasi iniziali e finali.

"I bambini vennero presto per assistere all'impiccagione .

Dopo questo giorno, pensò, il mondo non sarà più lo stesso."

"Era diventato un rito che si ripeteva ogni anno. Il destinatario del fiore ne compiva stavolta ottantadue.

Quando passò da Zinkensdamm cominciava a nevicare. Elvis lo lasciò cadere dentro un cassetto dei rifiuti."

"I due uomini apparvero dal nulla, a pochi metri di distanza, nel viottolo illuminato dalla luna.

La cicatrice non gli faceva male da diciannove anni. Andava tutto bene."

CRUCIPUZZLE



Cancellate nello schema tutte le parole elencate: possono trovarsi orizzontali, verticali oppure diagonali. A gioco risolto le lettere rimaste vi daranno una frase (8/2/5).

Anello	Fazzoletto	Numero	Scuola
Aneto	Filo	Oasi	Serpe
Base	Formaggio	Onda	Terra
Carro	Gruppo	Pirata	Sole
Casa	IsolaLavoro	Posto	Stirpe
Charme	Luce	Praga	Sugo
Collo	Mare	Prato	Tema
Emilia	Materasso	Prisma	Topo
Erba	Mesi	Retata	Torero

L'OGGETTO MISTERIOSO...



E' composto da due parti, una in ferro (a sinistra nella foto) e l'altra in legno. La parte in metallo, lunga circa 50 cm, presenta un beccuccio ad un'estremità e due manici laterali. E' completamente cava, come un tubo. La parte in legno, più sottile nella zona centrale, può essere inserita all'interno del tubo metallico.

Chi sa a cosa serve?

INDOVINA QUANDO



In quale anno e in quale occasione è stata tratta la fotografia?

INDOVINELLI

Di un verde mantello si adorna
una donzella che piace alle genti
e dolci fa sembrare tutti i tormenti
Soggiorna tra i poveri,
i ricchi e i potenti.

Lunga e sottile porto flagello
tra le genti e rovina
che impallidisce ognun che mi mira
sicché di ferro son costruita
porto più danno nuda che vestita.

Siam due sorelle ai piedi dell'uomo,
come destrieri teniamo le briglie
sin quando a sera ognuno le scioglie
andiamo a spasso per ogni valle.

In una fattoria ci sono diversi animali.
Sono tutti tori tranne 4.
Sono tutte mucche tranne 4.
Ci sono tanti cavalli quanti bovini.
Il resto sono galline.
Quali e quanti animali ci sono?

*Le soluzioni saranno pubblicate sul
prossimo numero
Per il regolamento si veda l'ultima
pagina.*

DAL RICETTARIO DELLA NONNA

I fiori ripieni possono essere preparati in molti modi, ogni famiglia ha la propria ricetta. Noi vi proponiamo una tra le tante varianti possibili.

FIORI RIPIENI

Ingredienti per 12 fiori

(2-4 persone, a seconda della fame):

- 12 fiori di zucca o zucchini
- 2 pagnotte vecchie ammolate nel latte dalla sera prima
- 1 salame della duja (sotto grasso)
- 1 pezzo di bollito (avanzato dal giorno prima)
- 1 pezzo di lardo
- 2 tuorli
- 3 etti di bietole
- prezzemolo
- formaggio grattugiato
- sale e pepe

Raccogliere i fiori la mattina presto perchè siano ben aperti. Togliere il gambo e pulirli.

Preparare il ripieno:

tritare con la mezzaluna il salame, il bollito, il lardo e il "verde" (bietole e prezzemolo).. Mettere tutto in una terrina con il pane strizzato e aggiungere i tuorli delle uova. Mescolare bene e aggiungere formaggio, sale e pepe a piacere. Riempire i fiori, chiuderli e farli friggere nell'olio finchè diventano dorati. Sono buoni caldi con la polenta, ma anche freddi d'estate. Buon appetito!!

FIUR PINNE

Ingredient per 12 fiur

(2-4 persone, secondo la fam):

- 12 fiur 'd succa o 'd sucott
- 2 micche 'd pan poos muij`a 'ntel lacc da la seira primma
- 1 salam 'd lulla
- 1 toc 'd buji (vansà dal dì primma)
- 1 toc 'd lart
- 2 rus d'oeff
- 3 etto 'd beie buijue
- presemmo
- furmac grata
- sal e peivre

Rgoie 'l fiur a la matin bunura per chi sio belle duerte. Gaveghe la gamba e pulije.

Preparè 'l pin:

triè cun la mesalunna 'l salam, 'l buji, 'l lart e 'l vert (beie e presemmo). Butè tut 'nt un grilin e 'rgiunge j rus d'oeff. Rugheè ben e giunteè furmac, sal e peivre secundo 'l gust. 'Mpini 'l fiur, sareie e feie rusti'nt 'ole finchè sio dorà. I en bunne caude cun pulenta ma anca fergie d'istaà. Bun autit!



QUESTI STRANI ANIMALI

Curiosità e meraviglie del mondo animale

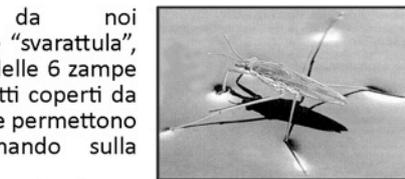


L'okapi, pur presentando delle striature simili a quelle delle zebre è il parente più prossimo della giraffa. Nonostante nel passato fosse già conosciuto

(a Persepoli vi è un bassorilievo persiano che lo raffigura), e nonostante le dimensioni ragguardevoli (la femmina, più grossa, può raggiungere i 2 metri di lunghezza e pesare più di 1 tonnellata) il primo avvistamento dell'epoca moderna avvenne soltanto nel 1888, da parte dell'esploratore Stanley. Oggi la presenza è limitata alle foreste pluviali dello Zaire del nord e del nord-est.

L'idrometra, da noi conosciuto come "svarattula", ha le estremità delle 6 zampe provviste di peletti coperti da sostanza oleosa che le permettono di muoversi pattinando sulla superficie dell'acqua.

Per comunicare tra loro, le idrometre utilizzano una tecnica simile a quella del telegrafo: con il secondo paio di zampe colpiscono ripetutamente la superficie dell'acqua, in modo da formare piccole onde concentriche che, a seconda dell'intensità e della frequenza, trasmettano una certa informazione.



Il palato del **pesce arciero** presenta un profondo solco che, applicandovi la lingua, si trasforma in una cerbottana permettendo al pesce di "sputare" fino ad un metro e mezzo di distanza (non male per un animaletto di 15-20 cm!). Grazie a ciò può colpire gli insetti di cui si ciba, facendoli precipitare in acqua e divorandoli comodamente.

DOPPIA INTERVISTA

Ciao a tutti !!!

Vi presenterò due persone che sicuramente conoscerete già, ma non dal punto di vista sotto il quale ve le presenterò io !! VANESSA e FEDERICA sono le due DONNE che al mattino si alzano per mandare avanti le ultime due attività commerciali ancora presenti nel nostro piccolo paese!! Perché mia cara gente se non ci fossero loro, il pane e soprattutto il caffè del mattino da chi andremmo a prenderli?!? Due donne davvero in carriera, che hanno dedicato un po' del loro tempo per raccontarci qualcosa sulla loro vita!

Vediamo che cos'hanno risposto:



VANESSA
Barista della
"Tana del Lupo"

FEDERICA
Proprietaria
della "Buteja de
la Viera"



21, da poco compiuti !!!	1. ETA' ?	47
No :-(- :-(-	2. FIGLI ?	2
Ho frequentato l'Istituto A.Motta a Mosso, cioè ragioneria	3.PERCORSO DI STUDI ?	3ª media
Sono una vera donna di casa, nel mio tempo libero mi diletto nel punto croce, nell'uncinetto, a fare la maglia ecc...	4. HOBBY ?	Camminate in montagna e dormire tanto
Direi...Il semplice caso !!!	5. COSA TI HA SPINTO A DIVENTARE BARISTA / NEGOZIANTE ?	Sono nata e cresciuta nella cooperativa quando c'era papà e probabilmente mi è rimasta nel cuore
Beh poco ma sicuro la crema solare, non posso prendere scottature !!!	6.UNA SOLA COSA CHE TI PORTERESTI DIETRO, SE FOSSI DISPERSA SU N'ISOLA DESERTA ?	La Queenbee, anzi il Pier
Una buonissima torta di lamponi con il cioccolato bianco :-)	7. SE FOSSI UN CIBO CHE CIBO SARESTI ?	Una meringa
Penso...la maestra d'asilo	8. SE NON FOSSI BARISTA / NEGOZIANTE QUALE MESTIERE AVRESTI VOLUTO INTRAPRENDERE ?	L'entomologa (la studiosa del comportamento degli animali)
Prima del mio 21° compleanno, MAI !!!!	9. TI SEI MAI UBRIACATA ?	No!
Tutta quella che passa DISCO RADIO che è quella che ascolta al bar	10. GENERE DI MUSICA ?	Ascolto Baglioni, Jovanotti, De André...
INTER, se no a casa non mi danno da mangiare	11. SQUADRA DI CALCIO ?	Quella in cui gioca il Carlo..del resto non mi interessa..

Tirerei un po' più a nord la pancia :)	12. CHE COSA TI RIFARESTI DAL CHIRURGO PLASTICO?	Se posso starne alla larga, anche per interventi obbligatori..! Ma che razza di domanda è?
Se si sta facendo qualcosa in gruppo tendo un po' a comandare !!!	13. UN DIFETTO CHE TI RICONOSCI ?	Forse parlo tanto...troppo..in continuazione..
La saga di Twilight; Pretty Woman e Lady Gaga	14. LIBRO, FILM E CANTANTE PREFERITI ?	La vita di Papa Wojtila, Achito, Jovanotti.
Sicuramente mangiare un piatto di cipolle !!!	15. COSA NON FARESTI MAI,ANCHE SE TI OFFRISSERO SOLDI ?	Bungee jumping (salto con l'elastico)
Si, un cane molto feroce, ATTILA !!!!	16. ANIMALI DOMESTICI ?	Un cane e un gatto
Piedi tra la sabbia, chiappe al sole e in un posto molto molto vicino all'equatore !!!	17. VACAZA IDEALE ?	Mare, la Sardegna
Porca padella	18. PAROLACCIA PIU' DETTA ?	Merda
Kaipiroska alla fragola	19. DRINK PREFERITO ?	Acqua tonica, anche se non è un drink..
Ricevere telefonate mentre dormo	20. COSA TI INFASTIDISCE DI PIU' AL MONDO ?	I pettegolezzi
Una fantastica FIAT PUNTO...con qualche bollo !!!!	21. CHA AUTO POSSIEDI ?	Una Punto
Non vedo l'ora di vederla pubblicata sul giornalino !!!	22. COSA NE PENSI DELL'INTERVISTA ?	Bel-lis-si-ma! (detto in tono ironico..)

CURIOSANDO IN LIBRERIA..



L'UOMO CHE NON VOLEVA AMARE

di Federico Moccia (ed. Rizzoli)

Federico Moccia, lo scrittore romano autore di famosi libri, ha pubblicato quest'anno il suo nuovo romanzo: "L'uomo che non voleva amare".

Punto centrale della trama è ancora una volta una storia d'amore, diversa però da quelle raccontate fino ad ora dall'autore: è una storia d'amore tra adulti, con alle spalle le loro esperienze, i loro problemi e le loro scelte di vita. Tancredi...un uomo tormentato, che non crede più alla felicità e rifiuta l'amore;

Sofia...una donna che per amore ha rinunciato al suo più grande sogno e che cerca disperatamente la felicità.

Il destino vuole che le loro vite si incrocino e da quell'istante, per entrambi, la vita non sarà più la stessa. Nel momento in cui c'è bisogno di ascoltare davvero le proprie emozioni e bisogna scegliere tra paura e desiderio, avranno il coraggio di dire la verità a se stessi.

Federico Moccia fin da giovanissimo ha il sogno di scrivere un romanzo prima dei trent'anni. Ci riesce: è il 1992 e "Tre metri sopra il cielo", inizialmente rifiutato, viene poi pubblicato da un piccolo editore. Riscoperto dopo 12 anni, sarà il caso editoriale del 2004. Nel 2006 esce il seguito, "Ho voglia di te". Entrambi i libri diventano film evento. Nel 2007 "Scusa ma ti chiamo amore" ottiene un successo clamoroso e due anni più tardi esce il secondo capitolo della storia di Alex e Niki "Scusa ma ti voglio sposare". Dai due romanzi sono stati tratti i film con Raoul Bova e Michela Quattrocchio, per la regia di Federico Moccia. Nel 2008 esce l'ultimo romanzo "Amore 14". I libri di Federico Moccia sono tradotti in oltre quindici Paesi

COSA MI GUARDO STASERA?

Per chi non avesse visto "IL CIGNO NERO" ecco due parole per spiegare quello che è un film del tutto psicologico :

IL CIGNO NERO (BLACK SWAN)

Genere :

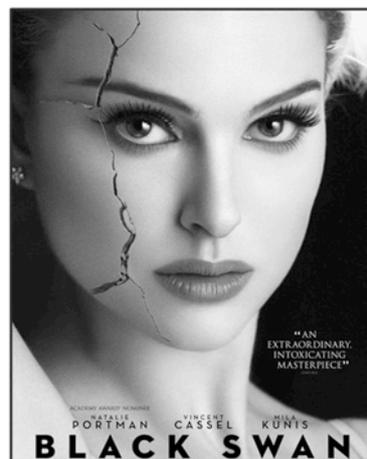
Drammatico (non del tutto però)

Regia :

Darren Aronofsky

Con :

Vincent Cassel (THOMAS, il regista) , **Mila Kunis** (LILY, ballerina antagonista di Nina, molto provocante), **Natalie Portman** (NINA, la protagonista problematica), **Winona Ryder** (BETH, la ballerina licenziata, di cui Nina prenderà il posto).



TRAMA:

Nina (Natalie Portman) è completamente assorbita dalla danza e dal desiderio di diventare la prima ballerina de "Il lago dei cigni". Per conquistare questo ambito ruolo deve calarsi nella parte del bellissimo cigno bianco, ma anche in quella del misterioso cigno nero. Il direttore artistico dello spettacolo, Thomas (Vincent Cassel), durante uno degli ultimi provini le dice a questo proposito: "Se fosse solo per il Cigno bianco ti prenderei senza problemi". Ma c'è anche il cigno nero. Non basta essere perfetta nei movimenti, la ballerina deve essere elegante e inquietante anche quando indossa il tutù tinto di nero e il trucco pesante. Il processo di apprendimento, imparare parti tanto differenti della coreografia, diventa una vera e propria trasformazione fisica e psicologica. La Nina carina, impegnata, orgoglio della mamma, mancata ballerina, deve diventare bella, sfrontata e provocare l'invidia delle colleghe che non ce l'hanno fatta.

Il "solito" film di ballo e ballerini alla ricerca del proprio sogno di gloria diventa un film, con Darren Aronofsky di difficilmente collocabile in un solo genere. Il Cigno Nero, così, inizia come un film qualsiasi ma diventa un thriller. Conoscere la funzione del cigno nero nello spettacolo significa esplorare la parte più oscura di se stessi. Non fidarsi più di nessuno. Provare a farcela solo con le proprie forze.

C'è qualcuno che vuole danneggiare la prima ballerina? Chi la sta seguendo? Perché si sveglia con dei graffi sulla schiena? Tutte queste domande sono ottimamente risolte dalla sceneggiatura. Sceneggiatura che potremmo definire nulla di eccezionale da un punto di vista narrativo ma che diventa memorabile grazie a scelte di regia forti e coraggiose. Alcune sequenze dedicate ai personaggi secondari come la spregiudicata Lily (Mila Kunis), l'ex prima ballerina Beth, un'irriconecibile Winona Ryder, o l'inquietante mamma di Nina che dipinge, piangendo, centinaia di ritratti della figlia tutti identici, sono veramente scioccanti e psicologiche.

Il film di Aronofsky è un insieme di tanti elementi. Le scene di ballo - anche se questo mondo non ci fa una grande figura! - sono la gioia degli appassionati del genere. La parte più convincente del film, tuttavia, è sicuramente quella che cerca di "rendere" la paura della protagonista, l'angoscia di non reggere alla pressione e la sua difficoltà a dividere vita privata e ruoli sul palcoscenico. Diventare cigno nero diventa di colpo maturare, lottare, fare un progetto di vita con poche probabilità di riuscire. Il regista de IL Cigno Nero ci fa provare la follia di chi vuole andare fino in fondo. Non si tratta solo di *gran jetè* e *pirouette* su grande schermo. Ci dice che fare delle scelte significa soffrire e che, a prescindere dal fatto di crederci sempre, forse andrà male. Qualcuno, notando anche solo la metà della determinazione che dimostra il personaggio interpretato da Nina, ci dirà persino che siamo dei pazzi a non mollare mai. Provarci significa perdere qualcosa che a volte si rivela molto importante. Morire un po' per poter vivere.

La scena che vale il film: dopo un'estenuante serie di passi di danza, tutti perfettamente eseguiti, Nina chiede al pianista presente in sala di attaccare di nuovo la musica per provare da capo. Un'altra volta. Lui si alza dicendo: "Basta. Io ho una vita". E se ne va.

Strabiliante ed emozionante nello stesso tempo, con una bravissima Natalie Portman !!!!

IN PROGRAMMA...**FESTA VIERESE**

13-14-15 AGOSTO

VENERDÌ 13 AGOSTO

h. 19.00 Cena

h. 21.30 Serata danzante con "TEQUILA"

SABATO 14 AGOSTO

h. 19.00 Cena

h. 21.30 Serata danzante con "KETTY"

DOMENICA 15 AGOSTO

h.12.00 Aperitivo

h.12.30 Pranzo

h.19.00 Cena

h.21.30 Chiusura dei festeggiamenti, serata con "TEQUILA"

Per informazioni e
prenotazioni telefonare a :

- 015 7630891 -

- 015 7630926 -

- 015 7630997 -

- 331 9826612 -

Sabato 8 ottobre

h.21.00

Incontro corale con la partecipazione del coro "Cesare Rinaldo" di Coggiola e di un altro coro ancora da definire.

MENU' del PRANZO di FERRAGOSTOAntipasti

Insalata di pollo
Vaul au vent ai funghi
Crocchette di zucchini
Spiedini golosi

Primo

Pasta al forno

Secondo

Scaloppine con funghi e contorno di
patate

FormaggiDolceCaffèAcqua

€ 20
(Vini esclusi)

La redazione ringrazia tutti coloro che hanno contribuito a realizzare questo numero, aiutando direttamente ed indirettamente.

Grazie!!!

*Cecij, Greta, Luca, Tia, Pamy
Giuliano e tutta la Pro Loco*

Se volete provare a dare la soluzione dei giochi (non necessariamente tutti),
se avete suggerimenti, consigli e critiche (che sono sempre i benvenuti),
se volete segnalarci eventuali errori (di cui ci scusiamo in anticipo),
se volete pubblicare dei piccoli annunci sul giornalino (il cui contenuto sia ovviamente serio),
se volete offrirci la vostra collaborazione,
se volete semplicemente comunicarci qualcosa,
potete lasciare dei biglietti nelle **SCATOLE DEL GIORNALINO** che trovate alla **Tana del Lupo**, alla **sede della Pro-Loco** ed alla **sede della Casa Sociale di Rivò**.

I biglietti devo essere chiari, firmati ed essere scritti in modo comprensibile (compresa la firma).
In alternativa è possibile scrivere all'indirizzo di posta elettronica **info@prolocovierarivo.it** ed avere informazioni al sito **prolocovierarivo.it**.

I nomi dei vincitori dei giochi saranno pubblicati sul prossimo numero.